

Nur für Mich



Gedichte von
Hans Adam



© 2006

Alle Texte, Bilder, Fotomontagen, Graphiken und Zeichnungen
sowie Layout von Hans Adam

Herausgeber: Hans Adam

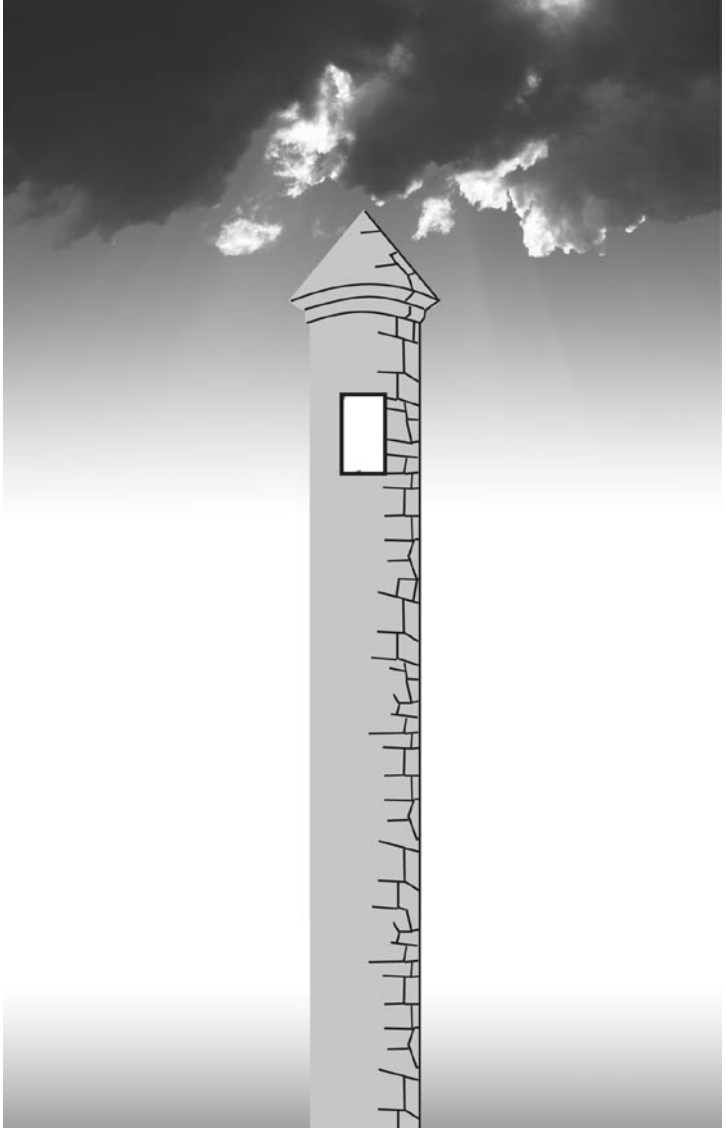
Nur für mich

Gedichte von
Hans Adam

Inhaltsverzeichnis

Prolog.....	7
1. Aus meinen Leben	11
Ein Mann 13; Ein Held 14; Lampenfieber 16; Ein altes Lied 17; Unmögliche Kommunikation 18; Befreiung 20; Dunkel 22; Spiegelbild 23; Frieden Frieden 24; Familie 25	
2. Mit mir sein	27
So wie eh und je 29; Betrachtungen 32; Lieb gemeint 34; Was geschah 36; Erwachen 38; Noch nicht fertig 40; Zuversicht 42; Hurra ich bin da 44; Den Weg gehen 46; Offen 47;	
3. In Liebe.....	49
Wie eine Rose 51; Das erste Mal 52; Die Stadt 53; Entwerfen 54; Begegnung 56; Akt der Liebe 58; Enz 59;	
4. Natur in mir.....	61
Ein Baum 63; Moskito-1 64; Moskito-2 65; Sternenhimmel 66; Öffne dich 67; Mandala 68; Sterne 69; Wasser 70; Landschaft 72; Licht 73;	
5. Ich bin hier.....	75
Hier bin ich 77; Ein Weg 78; Ich blase das Horn 79; Anders 80; Der Krieger 81; Stellt euch vor 82; Die Rose Werden 83; Im Kerzenschein 84; Im Sein 85;	
6. Nur für mich	87
Stille 89; Ein Wesen 90; Einweihung 91; Tanz mit mir 92; Begegnung 94; Hände handeln 96; Eine Gewissheit 98; Nur für Mich 99;	

Prolog



Prolog

Verstellen
Sich nicht zeigen
wie man ist
aus Angst
nicht verstanden
zu werden

Dabei spüren
Leben ist in mir
Alles unterdrücken
so tun
als wäre ich
nicht da

Fallstricke
über die
nur ich stolpre
Das tun
was andere
wollen

Sich nicht trauen
Im Morgengrauen
erwachen
erzittern
Das volle Leben
spüren

Viel zu lang
dort versteckt
Gewöhnt
an diesem Fleck
Will nur raus
was anderes tun

Es geht mir
nicht darum
Um dir
weh zu tun
Nur um mein
Weg zu gehen

Aus meinem Leben



Ein Mann

Mit Worten
voller Mut

Ein klarer Blick
rein wie die See

Klänge aus einer Flöte
so wie ein Gebet

Sie bläst das Lied
transformiert spiegelt

Auf einmal ist
alles anders

Ein Mann
rein wie ein Herz

Das schlägt
den Takt

Der Frieden
in mir erwacht

Ein Held

Da ist es wieder
dieser Wunsch
Ein Held zu sein
unvergesslich
unsterblich

So wie Hunger
der nie gestillt
in mir brennt
besonders
zu sein

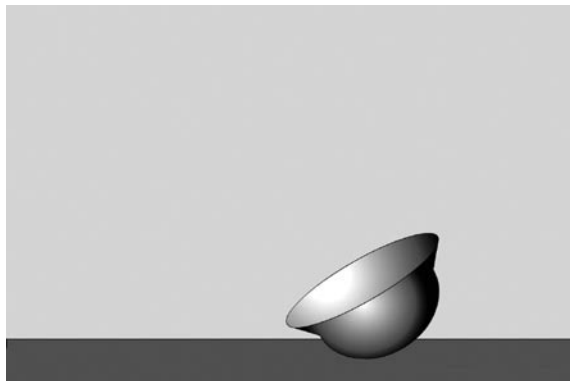
Es spielt keine Rolle
ob Polizist Reporter
Wissenschaftler
Astronaut
Hauptsache ein Held

Halb verhungert
voller Sehnsucht
Nicht mehr verloren
in Gesellschaft geboren
anerkannt unauslöschlich

Tief in mir
Eine Liebe die brennt
Ein verletztes Kind
Das nicht weiß
wohin

Was mache ich
mit meiner Sehnsucht
Wohin mit meiner Liebe
für dieses Leben
Die Zeit vergeht

Sterne regnen
vom Himmel
Tore öffnen sich
Dort bin ich
wie ein schönes Licht.



Lampenfieber

Hin und her
kribbelnde Adern
unsicher
Neuland betreten

Aufgeregt
Schon lange
Bevor ich
dran bin

Unterwegs
Spannung steigend
Nicht wissend
ob es ankommt

Mein Aufruf
Die Zunge klebt
Alles trocken
ohne Wasser

Fange an
Leicht schwindelig
Versprechend
korrigierend

Ohne Worte
Zuhörend
Alles fällt ab
von mir

Erleichtert
Applaus regt sich
Zufrieden bin ich
mit mir

Ein altes Lied

Schöner Land
Wo ich
die Liebe fand
Dort
ist mein Heimatland

Altes Lied
Erzählt
ein Land in mir
Dort
bin ich geboren

Tief in mir
Ein Lied
voller Schönheit
Liebe glücklich sein
All das ist in mir



Unmögliche Kommunikation

Für Sven

Hilfloses Achselzucken
Nicht recht verstehen
Keine Ahnung

Ach war das schön
mit ihr
am Telefon
nur so reden
austauschen
träumen

Wieder eine Frage
Verstehe die Worte
Nicht den Sinn

Was soll das
Meine Meinung
Gefragt
Zu dem Thema
Was weiß ich
Habe nichts verstanden

Wortloses schweigen
Schuldig fühlen
Leere in mir

Vertraute Bilder
vom schönem
Begegnen
Zweisamkeit
ausgelassen
dahin treiben

Die Augen im Nichts

Wo ist sie
Meine Antwort

Kein Unrecht
Habe nichts
verbrochen
Ohne Tat
Und doch alles
falsch gemacht

Bin nicht richtig
Zweifel in mir
Wo bin ich

Aus der Traum
Luft leer
der Raum
Trage
Schuld
Bin Jesus am Kreuz

Mein Kopf ist
Leer verlassen
Nur noch eine Hülle

Die Flucht
gelungen
Ausweg gefunden
Lachend
am schönen
See

Befreiung

Nackt
in einer Decke
gehüllt
Erinnerungen
an einer Zeit
in der ich mich
verstecken
musste

Wo bin ich
Was ist das
Dieser Raum
Spüre
Da stimmt
was nicht
Unklar
Verstelle mich

Nicht nur so
aus Spaß
Habe Angst
Dies ist war
Leben in Gefahr
Berechtigt
Masken
für mich

Übung
nur aus Pflicht
Tarnen
Immer bereit
Im Krieg
Nicht sehend
Vorübergehend
für ein Leben

Fallenstricke
Ich erstickte
Im Grab
Signale
Voller Schrecken
Gelähmt
Begann ich
Besann mich

Ohnmacht
Handlungslos
Ohne Hände
Stürze ich
In das Wagnis
In die Schlucht
Ohne Netz
und doppelter Boden

Fall nur
Breite deine
Flügel aus
Angst fällt
Verliere sie
Taumelnd
Im Strom
ertrinke

Strömung
Doch so stark
Hilfe eilt
Im Licht
Worte fehlen
Nicht wichtig
Im Leib
neugeboren

Dunkel

Dunkel
In einer Nacht
Lichter brennen
Ich darin
erwacht

Spüre mich
In meinem Körper
Wieder eine Nacht
in der ich nicht
Schlafen kann

Besinne mich
In meinem Sein
Wogen
die sich glätten
Mich berühren

Spanne mich
Ich gehöre
auf diese Welt
Erfahrungen
sind in mir

Entspanne mich
In diesem Zelt
Reisen
möchte ich
In meine Welt

Spiegelbild

Ich schaue
in den Spiegel
Sehe ein Gesicht
Unbehagen

Ich kenne
dich nicht
Voller Sorgen
und Wut

Wogen breiten
sich aus
Höher werdend
wie im Meer

Atme ruhig
weiter
Sah mir
trotzdem zu

Beobachte mich
In deinem Gesicht
Welche Regung
ist in mir

Frieden Frieden

Komisch
das die Tauben
nicht mehr da sind
Wo ist mein Leben hin
Was hat da noch sinn

Resigniert
voll von Enttäuschungen
Niederlagen und Verletzungen
Ich bin nur noch müde
Drum schlafe ich ein

Und dann
wenn sich die Sonnenstrahlen
in mein Herz ranken
Sie sind so warm
Sie sind so lieb

Und dann
träume ich
Von einer schönen Frau
in dem Arm
gehalten zu werden

Und dann
spüre ich mich
mein Bruder
Ich bin stark
Mein Leben zu Leben

...

Ich hab mich Entschieden
Jeden Tag geht die Sonne auf
Jedes mal hält die Erde mich im Arm
Unwichtig ob ich stark bin
Ich liebe mein Leben
mein Bruder